



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1339	Szynka babuni	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			2105	Bitek schabowy got. w sosie jarz.				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 492 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1317 [kcal]			Wartość kaloryczna: 493 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
9633	2302	40.15	13.63	370.34	98.97	89.53	16.01	1194.20	33.86	583.40

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten